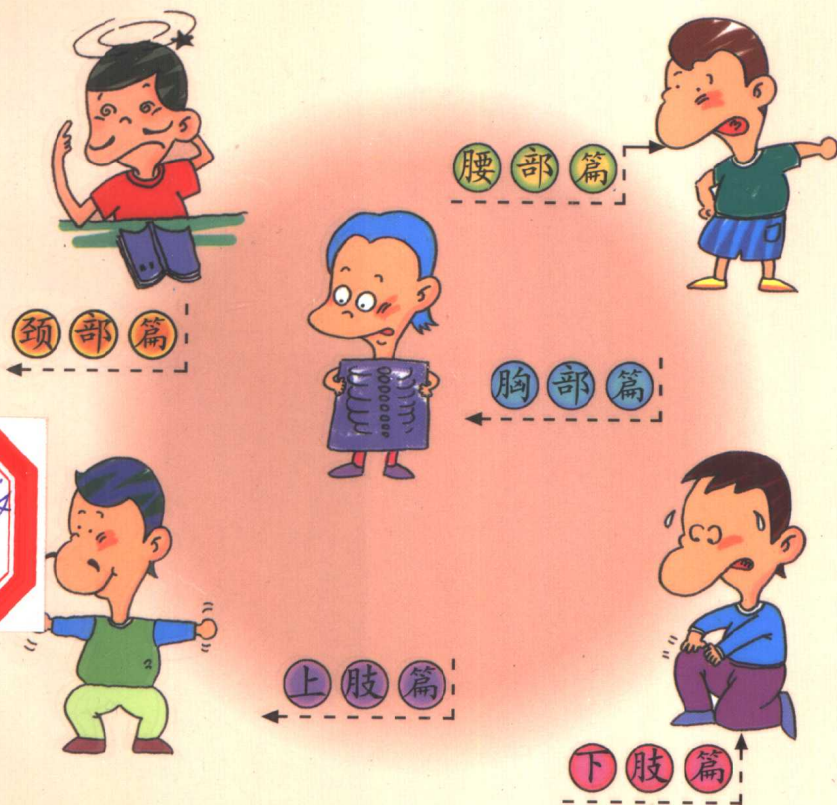


图解

王伯珉 王海泉 主编

。颈 肩 腰 腿 痛。



华夏出版社

图解颈肩腰腿痛

王伯珉 王海泉 主编

华夏出版社

图书在版编目(CIP)数据

图解颈肩腰腿痛/王伯珉等主编. - 北京:华夏出版社,2001.6

ISBN 7-5080-2415-X

I. 图… II. 王… III. ①颈肩痛-诊疗-图解②腰腿痛-诊疗-图解 IV. R681.5-64

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2001)第 022940 号

华夏出版社出版发行

(北京东直门外香河园北里4号 邮编:100028)

新华书店经销

北京房山先锋印刷厂印刷

850×1168 1/32 开本 8印张 182千字

2001年6月北京第1版 2001年6月北京第1次印刷

定价:12.80元

本版图书凡印刷装订错误可及时向我社发行部调换

主 编 王伯珉 王海泉

副主编 刘炳辉 崔联民

编 委 王伯珉 王海泉 王得霞 刘炳辉

刘树强 杨保勇 崔联民

绘 图 曲 鹏 刘 强等

目

录

颈 部 篇

- | | |
|----|--------------------|
| 1 | 颈椎的解剖结构是怎样的？ |
| 3 | 颈椎的生理曲度有什么特点？ |
| 3 | 颈椎的生理曲度变直有什么意义？ |
| 4 | 什么是颈椎病？ |
| 5 | 颈椎病的发病原因有哪些？ |
| 6 | 什么人容易患颈椎病？ |
| 7 | 颈椎病会发生哪些病理变化？ |
| 9 | 颈椎病常用的检查方法有哪些？ |
| 10 | 颈椎病的诊断及分型如何？ |
| 10 | 颈椎病患者为什么会有一些特殊表现？ |
| 11 | 哪种颈椎病患者易产生眩晕症状？ |
| 12 | 颈椎病患者手指麻木是怎么回事？ |
| 13 | 为什么有些颈椎病患者会出现下肢症状？ |
| 14 | 什么是颈型颈椎病？ |
| 15 | 什么是神经根型颈椎病？ |

2 图解颈肩腰腿痛

- 16 什么是椎动脉型颈椎病？
- 17 什么是交感型颈椎病？
- 18 什么是脊髓型颈椎病？
- 18 慢性颈肩背部疼痛与颈椎病有何关系？
- 19 颈椎外伤后为什么易得颈椎病？
- 21 颈椎病可怕吗？
- 22 什么是项韧带钙化？为什么颈椎病患者易出现项韧带钙化？
- 23 颈椎病的治疗原则和方法有哪些？
- 24 牵引疗法对颈椎病有什么作用？
- 25 颈椎常用的牵引方法有哪些？
- 26 如何在家中自我颈椎牵引？
- 27 自我颈部牵引时应注意什么？
- 28 每天牵引几次合适？
- 28 牵引不当有什么危害？
- 29 颈领对颈椎病患者有什么意义？哪些患者需要颈领？
- 30 怎样用理疗方法治疗颈椎病？
- 31 怎样用推拿方法治疗颈椎病？
- 33 推拿治疗颈椎病有哪些注意事项？
- 34 怎样用针灸疗法治疗颈椎病？
- 35 刮痧对颈椎病有治疗作用吗？
- 36 怎样用封闭疗法治疗颈椎病？
- 37 怎样用药枕防治颈椎病？
- 38 怎样用药物治疗颈椎病？
- 38 神经根型颈椎病的推拿治疗方法有什么特点？

- 39 神经根型颈椎病患者如何做运动体操?
- 41 神经根型颈椎病的常用药膳有哪几种?
- 42 推拿治疗交感型颈椎病有什么特点?
- 43 怎样用刮痧疗法治疗交感型颈椎病?
- 43 交感型颈椎病患者如何做运动体操?
- 45 交感型颈椎病的常用药膳有哪些?
- 46 椎动脉型颈椎病在接受推拿治疗时应注意什么?
- 46 如何用拔罐法治疗椎动脉型颈椎病?
- 47 椎动脉型颈椎病患者应怎样做运动体操?
- 49 椎动脉型颈椎病可选用哪些药膳?
- 50 刮痧疗法对脊髓型颈椎病有什么治疗作用?
- 50 脊髓型颈椎病病人可选用哪些药膳?
- 51 什么样的颈椎病患者需要手术治疗?
- 52 颈椎病手术治疗的基本原理和基本方法是什么?
- 52 颈椎病手术治疗前的准备工作有哪些?
- 53 颈椎病患者手术后应注意什么?
- 54 颈椎病患者手术后如何进行康复训练?
- 55 颈椎病患者日常生活中要注意什么?
- 56 经常伏案工作者怎样预防颈椎病?
- 57 怎样预防颈椎病?
- 58 什么是落枕? 如何治疗?
- 59 什么是环枢关节半脱位? 如何治疗?

上 肢 篇

- 61 肩部的解剖结构有什么特点?
- 62 什么是肩周炎?
- 63 肩周炎的发病原因及机理是什么?
- 65 肩周炎有哪些临床表现?
- 66 肩周炎在临床上分为哪几期?
- 67 X线片对肩周炎病人有什么意义?
- 68 怎样诊断肩周炎?
- 69 什么是肱二头肌长头肌腱炎?
- 70 什么是冈上肌肌腱炎?
- 71 什么是肩峰下滑囊炎?
- 72 什么是慢性肩袖损伤?
- 73 肩周的其他软组织疾病有哪些?
- 75 肩周炎还应与哪些疾病鉴别?
- 76 肩周炎的治疗原则是什么?
- 77 怎样用理疗方法治疗肩周炎?
- 78 怎样用推拿疗法治疗肩周炎?
- 80 如何用理疗方法解除肩周炎的粘连?
- 81 如何用针灸疗法治疗肩周炎?
- 82 怎样用局部封闭疗法治疗肩周炎?
- 84 怎样用旋转手法缓解肩周炎造成的粘连?
- 85 怎样用拔罐疗法治疗肩周炎?
- 86 医疗体育疗法对治疗肩周炎有什么作用?

87	怎样用器械来帮助肩周炎患者运动?
89	怎样应用肩关节旋转运动器?
90	肩周炎病人如何做徒手体操锻炼?
91	肩周炎病人如何做棍棒体操?
92	肩周炎病人怎样用滑轮拉环进行锻炼?
93	肩周炎病人在家中如何做爬墙锻炼?
94	肩周炎病人如何在家中利用毛巾进行锻炼?
95	肩周炎病人如何进行自我推拿治疗?
95	臂丛神经炎是如何发生的?
97	什么是网球肘? 如何治疗?
98	幼儿的桡骨小头为何容易出现半脱位?
98	什么是腕管综合征?
99	什么是腱鞘炎? 常发生于哪些部位?
100	为什么桡骨茎突处容易发生腱鞘炎?
100	什么是腱鞘囊肿? 如何治疗?
101	婴儿的大拇指为什么伸不直了?
102	锤状指是怎么发生的?

胸 部 篇

103	胸椎的解剖结构有什么特点?
104	什么是岔气? 怎样治疗?
104	什么是原发性脊柱侧弯?
105	如何对待老年性驼背症?
106	青少年驼背是怎么发生的?

6 图解颈肩腰腿痛

- 108 脊柱损伤后应注意些什么?
- 109 什么是强直性脊椎炎?
- 111 什么是棘突过敏症?
- 112 棘上韧带损伤是怎么回事?

腰 部 篇

- 114 腰椎的解剖结构及功能有何特点?
- 116 腰椎的生物力学特点是什么?
- 117 腰椎常见的发育变异有几种? 这些变异对腰椎的功能有哪些影响?
- 119 什么是腰椎间盘突出症?
- 121 什么是腰椎间盘? 基本结构如何?
- 122 腰椎间盘有哪些功能?
- 122 腰椎间盘突出症发病的原因是什么?
- 123 腰椎间盘突出症发病前有哪些征兆?
- 124 患者如何发现自己可能患有腰椎间盘突出症?
- 125 腰椎间盘突出症常见的临床表现有哪些?
- 126 为什么不干体力活也会患腰椎间盘突出症?
- 126 腰椎间盘突出症好发于哪些人?
- 128 腰椎间盘突出症为什么好发于腰 4~5 椎间盘?
- 129 腰椎间盘突出症能遗传吗?

129	腰椎间盘突出症能引起大小便失禁吗?
130	腰椎间盘突出症能导致瘫痪吗?
130	腰椎间盘突出症在病理上可分为几种类型?
131	突出的腰椎间盘突出能复位吗?
132	什么是腰椎管狭窄症?
134	腰椎间盘突出症与腰椎管狭窄症有什么关系?
135	怀疑患腰椎间盘突出症的患者到医院就诊应选择哪些科室?
136	腰椎间盘突出症患者需要做哪些检查?
139	腰椎间盘突出症患者可在身体的哪些部位找到压痛点?
140	为什么直腿抬高试验对腰椎间盘突出症有特别的意义?
142	腰椎 X 线片能说明什么问题?
143	腰椎间盘突出症患者的 CT 检查有什么表现?
144	腰椎间盘突出症患者的核磁共振 (MRI) 检查有什么表现?
145	肌电图检查对腰椎间盘突出症的诊断有什么帮助?
146	腰椎间盘突出症的患者为什么需要抽血检查?
147	腰肌扭伤会引起腰椎间盘突出症吗?
149	骶髂关节病变引起的疼痛与腰椎间盘突出症有什么不同?

- 150 梨状肌综合征与腰椎间盘突出症有什么关系？
- 151 什么是腰椎后关节紊乱？与腰椎间盘突出症有什么关系？
- 152 腰3椎横突综合征与腰椎间盘突出症有什么关系？
- 153 骨质疏松是怎样形成的？与腰椎间盘突出症有什么关系？
- 154 腰椎间盘突出症与内脏疾病引起的牵扯性疼痛有什么不同？
- 156 为什么有的中学生也会患腰椎间盘突出症？
- 157 腰椎间盘突出症有哪些治疗方法？
- 158 腰椎间盘突出症的治疗原则是什么？
- 159 卧床休息对腰椎间盘突出症病人有什么重要意义？
- 161 腰椎间盘突出症患者如何上下床？
- 162 腰椎间盘突出症患者使用腰围的目的是什么？怎样制作与佩戴？
- 163 腰椎间盘突出症可用哪些推拿手法？
- 166 在家中可用哪些治疗方法来缓解腰椎间盘突出症引起的疼痛？
- 167 腰椎间盘突出症可用哪些整复手法治疗？
- 170 腰椎间盘突出症患者怎样采用针灸治疗？

171	针灸治疗腰椎间盘突出症常用哪些穴位?
178	怎样用火罐疗法治疗腰椎间盘突出症?
179	腰椎间盘突出症患者怎样采用艾灸治疗?
180	什么是骶管注射疗法? 怎样操作?
180	牵引疗法治疗腰椎间盘突出症的主要机制是什么?
182	腰椎间盘突出症的牵引方式有哪些?
183	牵引疗法应注意什么?
185	在家中如何实施砵码牵引?
186	瞬间牵引复位法治疗腰椎间盘突出症有什么优点? 怎样具体实施?
187	什么是腰椎旋转复位法? 怎样操作?
188	什么是腰椎间盘突出症的髓核化学溶解疗法?
190	髓核化学溶解疗法有哪些适应证和禁忌证?
191	如何选用外用中药治疗腰椎间盘突出症?
192	腰椎间盘突出症患者可内服哪些药物?
194	腰椎间盘突出症患者静脉给药可选用哪些药物? 其意义是什么?
195	腰椎间盘突出症患者怎样选择理疗方法治疗?
196	硬膜外注射治疗腰椎间盘突出症有什么优点? 怎样操作? 有哪些配方?

- | | |
|-----|--------------------------------|
| 198 | 什么情况下腰椎间盘突出症需要手术治疗？其适应证有哪些？ |
| 199 | 腰椎间盘突出症患者手术后应注意哪些问题？ |
| 200 | 未来怎样治疗腰椎间盘突出症？ |
| 201 | 怎样通过医疗体育来治疗和预防腰椎间盘突出症？ |
| 204 | 倒着走能治疗腰椎间盘突出症吗？ |
| 204 | 日常生活中怎样保护腰椎？ |
| 206 | 腰椎间盘突出症患者治愈后哪些体育运动可以参加？哪些不能参加？ |
| 208 | 办公室工作人员怎样预防腰椎间盘突出症？ |
| 209 | 性生活不当也可以引起腰椎间盘突出症吗？ |
| 209 | 什么是肾虚性腰痛？ |
| 211 | 尾骨脱位怎么办？ |

下 肢 篇

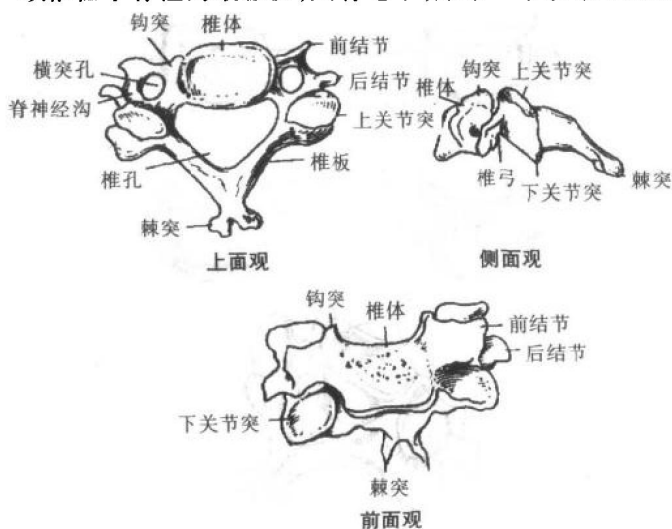
- | | |
|-----|--------------|
| 213 | 什么是弹响髌？ |
| 214 | 什么是股骨头缺血性坏死？ |
| 215 | 什么是髌骨致密性骨炎？ |
| 216 | 什么是髌髌关节半脱位？ |
| 216 | 大腿根部疼痛有哪些原因？ |
| 217 | 膝关节的解剖特点是什么？ |

218	什么是半月板损伤?
220	什么是半月板囊肿?
220	盘状半月板是怎么回事?
221	什么是髌下脂肪垫损伤?
222	为什么有时候膝盖前面会疼痛?
223	为什么会发生膝内翻或膝外翻?
224	什么是关节鼠?
225	腓总神经麻痹的原因有哪些?
226	为什么说小孩腿痛不在腿?
227	腿肚子为什么会“转筋”?
228	如何正确认识骨质增生?
229	骨刺能摸着吗?手法能推拿下去吗?
230	关节炎病人为什么能预知天气变化?
230	什么是大骨节病?
231	什么是氟骨症?
232	引起创伤性关节炎的原因有哪些?
233	什么是痛风?
234	踝关节的解剖结构有什么特点?
235	踝关节软组织扭伤有什么特点?
236	引起脚后跟疼痛的原因有哪些?
238	怎样自我治疗跟腱周围炎?
239	常见的足部畸形有哪些?
239	为什么穿高跟鞋容易患足病?
240	怎样防治扁平足?

颈 部 篇

颈椎的解剖结构是怎样的？

颈椎位于脊柱的最上段，共有七个，除第一节寰椎和第二节枢



2 图解颈肩腰腿痛

椎之间无椎间盘外,其余颈椎之间共有椎间盘六个。颈椎的前方有颈动脉、气管、食管、喉等重要器官,周围有肌肉等组织包绕,起到连接头颅与躯干的作用。颈椎的活动度和活动频率最高,解剖结构和生理功能都很复杂,故容易引起外伤和劳损,导致颈椎病。

颈椎由椎体、椎弓、横突、上下关节突和棘突等组成,椎体的后缘与椎弓共同组成椎孔,各个椎孔相连构成椎管。椎体上面的两侧有突起,称为钩突,钩突与上一椎体的下缘构成钩椎关节。此关节能防止椎间盘向侧后方突出,但退变增生时,增生的骨刺可能影响位于其侧方的椎动脉的血液循环,也可能压迫位于其后方的神经根。相邻两个椎体的上下关节突相连构成关节突,关节之间的空间就是椎间孔,有脊神经根和伴行的血管通过。在退变增生时椎间孔容易变小,神经根受到压迫时就会产生上肢疼痛、麻木等症状。颈椎的横突上有横突孔,内有椎动脉通过,当横突退变增生时也可影响椎动脉对大脑的供血功能,产生眩晕、恶心、呕吐等症状。

